

平成 21 年 10 月 12 日

北会津町・河東町商工連携事業

200 名

ブルーベリーと大豆の会津の香り

材料（10 人前）

ブルーベリー	200 g	昆布だし	200 g
豆乳	200 g	米粉	100 g
みそ	10 g	塩	少々
くず粉	50 g		
おろし山葵			

作り方

- ① ブルーベリー豆腐を作る。ブルーベリーと水分を拭き取った豆腐。豆乳、昆布だしを入れてミキサーにかけ、味噌も加えてさらにかける。
- ② 吉野葛を合わせて裏漉しにする。
- ③ 胡麻豆腐を作る要領で③を鍋に入れて 30～40 分かけて練り上げる。塩で薄味をつける。
- ④ 流し缶に流して、冷やし固める。
- ⑤ 器に合わせて切り出し、冷たい旨だしを注ぎ、おろし山葵を添える。

ブルーベリーのがんとどき

木綿豆腐	300 g	ブルーベリー（乾燥）	50 g
山芋	大さじ 3	卵	1 個
小麦粉	大さじ 3	砂糖	大さじ 1 1/2
薄口醤油	1 1/2	根生姜汁	大さじ 2
旨だし			
出し	80 cc	味醂	10 cc
濃口醤油	10 cc		

作り方

1. 木綿豆腐は水を拭き取り、ブルーベリーは出しに漬けてふやかしておく。
2. 他の材料を入れて味を調べて出来上がり。
3. 旨だしをかけて出す。

おから入りリンゴかりんとう

材料

米粉（うるち米ともち米半々） ……カップ 10（うるち 5：もち米 5）
おから（卵の花） カップ 2 砂糖 カップ 2
牛乳 カップ 6 りんごの皮 300 g

作り方

- ① 米粉、おから、砂糖、牛乳を一緒にボウルに入れ、耳たぶ位のやわらかさにねる。
- ② リンゴの皮はロボクープにかけ、水分を蒸発させたものを①と合わせる。
- ③ よくねれたら舟型にのぼし、2～3mmの厚さに切る。
- ④ 中華なべに油を熱して、こんがりとキツネ色に揚げる。